

# BAB 10

## INFORMASI SANITASI LINGKUNGAN RUMAH UNTUK KELUARGA SEHAT DALAM PENCEGAHAN STUNTING

*Mari menjaga  
kebersihan  
lingkungan..*



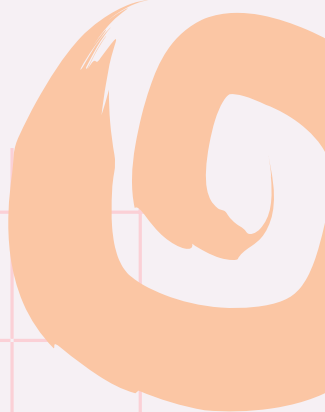
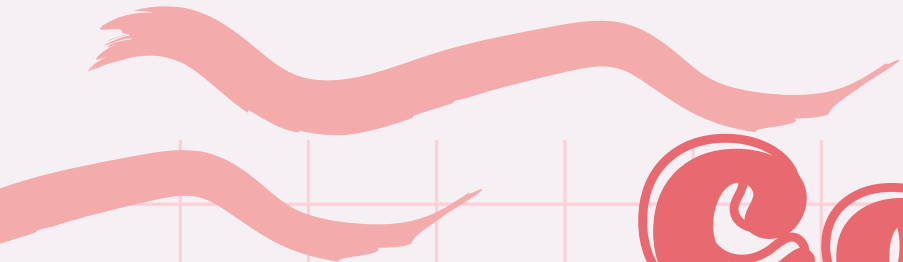
# Sanitasi

## Pencegahan Stunting

Sanitasi lingkungan rumah yang baik memainkan peran penting dalam pencegahan stunting, yaitu kondisi kekurangan gizi yang menyebabkan pertumbuhan anak terhambat.

Stunting biasanya disebabkan oleh kombinasi kekurangan gizi, infeksi berulang, dan lingkungan yang tidak bersih





# Contoh

## Sanitasi lingkungan

### 1. KEBERSIHAN AIR

PASTIKAN AIR YANG DIGUNAKAN UNTUK MINUM, MEMASAK, DAN MENCUCI BERSIH DARI KONTAMINASI. GUNAKAN FILTER AIR JIKA DIPERLUKAN DAN PASTIKAN SUMBER AIR TIDAK TERKONTAMINASI OLEH KOTORAN.

### 2. SANITASI TOILET DAN PENGELOLAAN KOTORAN

GUNAKAN TOILET YANG BERSIH DAN PASTIKAN PEMBUANGAN KOTORAN DILAKUKAN DENGAN BENAR. HINDARI PENGGUNAAN TOILET TERBUKA ATAU BUANG AIR SEMBARANGAN YANG DAPAT MENYEBABKAN PENCEMARAN LINGKUNGAN.

### 3. PEMBERSIHAN DAN PENGOLAHAN MAKANAN

PASTIKAN MAKANAN DIOLAH DAN DISIMPAN DENGAN CARA YANG BERSIH DAN AMAN. CUCI TANGAN SEBELUM MENANGANI MAKANAN DAN PASTIKAN DAPUR TETAP BERSIH.

### 4. PENGENDALIAN HAMA

HAMA SEPERTI TIKUS DAN KECOA DAPAT MEMBAWA PATOGEN YANG MENYEBABKAN INFEKSI. PENGENDALIAN HAMA YANG EFEKTIF MEMBANTU MENGURANGI RISIKO PENYAKIT YANG DAPAT MEMENGARUHI KESEHATAN DAN PERTUMBUHAN ANAK.

### 5. UENTILASI YANG BAIK

RUMAH YANG MEMILIKI UENTILASI YANG BAIK MEMBANTU MENGURANGI KELEMBAPAN DAN MENCEGAH PERTUMBUHAN JAMUR SERTA BAKTERI, YANG DAPAT MENYEBABKAN MASALAH KESEHATAN.

### 6. PEMBERSIHAN RUTIN

MELAKUKAN PEMBERSIHAN RUTIN DI SELURUH RUMAH MEMBANTU MENGURANGI RISIKO PENYEBARAN KUMAN DAN PATOGEN YANG DAPAT MENYEBABKAN INFEKSI.

### 7. PENGELOLAAN SAMPAH

PASTIKAN SAMPAH DIBUANG SECARA TERATUR DAN TEMPAT SAMPAH DIKELOLA DENGAN BAIK. SAMPAH YANG MENUMPUK DAPAT MENJADI SUMBER PENYAKIT DAN INFEKSI.

### 8. PENCEGAHAN INFEKSI

MENCEGAH INFEKSI MELALUI SANITASI YANG BAIK MENGURANGI RISIKO ANAK TERKENA PENYAKIT YANG DAPAT MEMENGARUHI PENYERAPAN NUTRISI DAN PERTUMBUHAN.

### 9. PERAWATAN KESEHATAN ANAK



SELAIN SANITASI, PASTIKAN ANAK MENDAPATKAN PERAWATAN KESEHATAN YANG BAIK, TERMASUK IMUNISASI DAN PEMERIKSAAN KESEHATAN RUTIN.

### 10. EDUKASI KELUARGA

EDUKASI ANGGOTA KELUARGA TENTANG PENTINGNYA SANITASI DAN KEBERSIHAN PRIBADI UNTUK MENJAGA KESEHATAN SECARA KESELURUHAN.

**Dengan memastikan lingkungan rumah tetap bersih dan sehat, Anda membantu mengurangi risiko infeksi dan penyakit, yang berkontribusi pada pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal.**

